

When an earthquake occurs!

地震が起きたら!

地震発生

あわてて外に飛び出さない。

大きな揺れは1分くらいでおさまります。

山崩れ、がけ崩れ、津波情報に注意しましょう。

0~2分

まずは自分の身を守りましょう。

机の下などに入る。

クッションや雑誌などで頭を守る。

家具やガラスから離れる。

2~5分

火災を防ぎましょう。

台所やストーブなどの火を消す。

避難するときは、ブレーカーやガスの元栓を切る。

5~10分

家族の安全を確認する。

ラジオなどで正しい情報を確認する。

避難のための出口を確保する。

割れたガラスや倒れた家具に注意する。

10分~半日

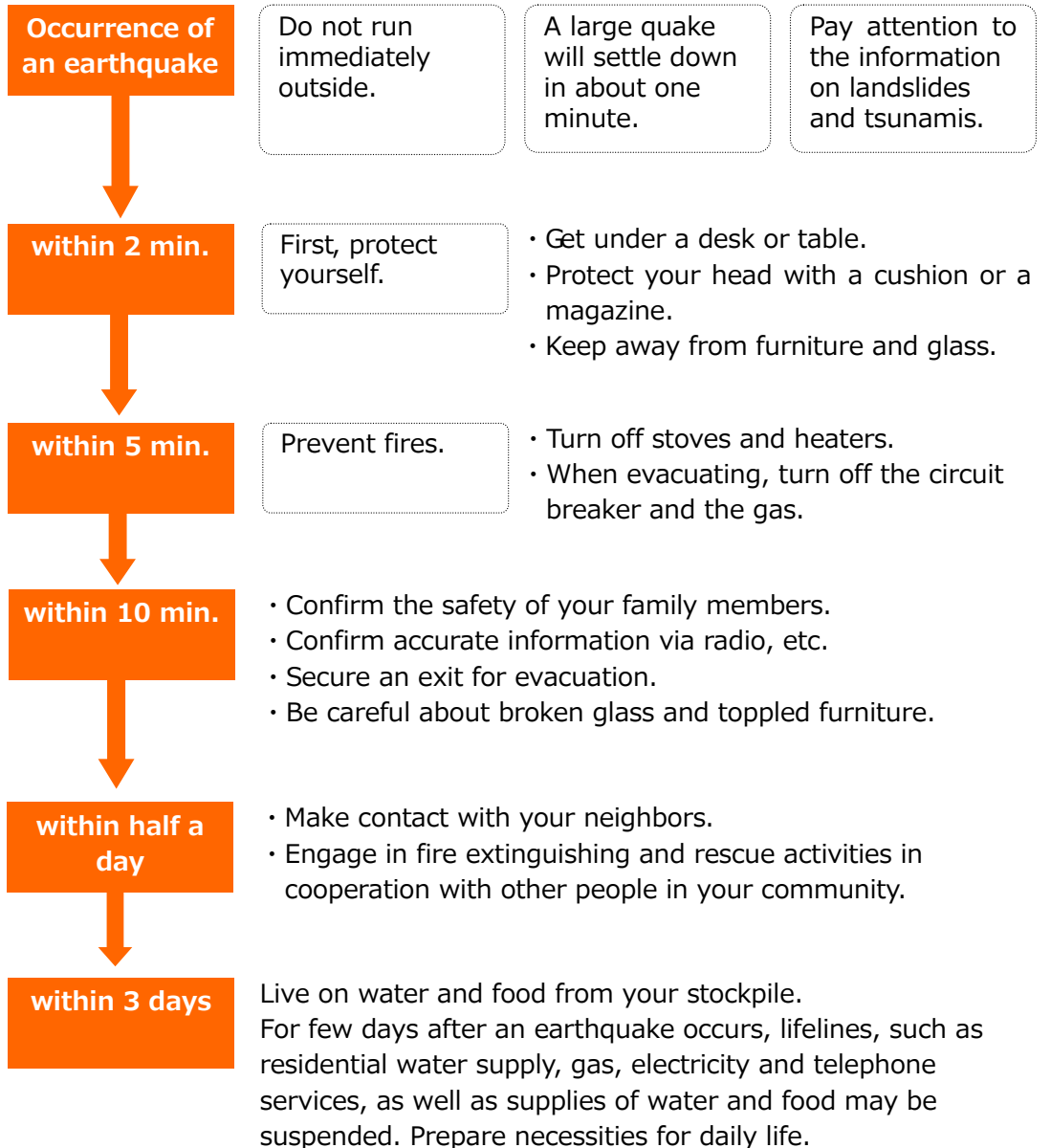
近所の人と声をかけ合う。

地域で協力しあって消火・救助活動をする。

数日~3日

水や食料は備蓄品でまかなう。

地震発生後の数日間は、水道、ガス、電気、電話などのライフラインをはじめ、水、食べ物の供給が止まる場合があります。生活に必要なものを日頃から備えておきましょう。



When you evacuate...



Stay away from narrow alleys, fences, cliffs and rivers.

Evacuate on foot with minimum belongings.

When in imminent danger, such as of a building collapse, the spread of fires, etc.,

When an evacuation advisory or an evacuation instruction is issued,

After confirming the safety of the area around you,

Temporarily evacuate to a safe place, such as a nearby park or a playground of an elementary or junior high school.

If it is impossible to live in your home due to an earthquake or a fire,

Evacuate to an established evacuation shelter (such as a public hall or an elementary or junior high school, etc.)